



**Consorci  
Sant Gregori**

## Endolla't a al moviment revitalitzant



Benvolguda família,

Us convidem a viure una sessió de com el moviment i la creativitat ens permeten una renovació energètica que afavoreix l'harmonia i el benestar a nivell físic mental i emocional, a través del moviment, massatges, estiraments i tècniques de relaxació, per alliberar-nos de les tensions diàries, desbloquejar, lubricar i flexibilitzar les articulacions, tonificar, relaxar i flexibilitzar la musculatura, activar el sistema circulatori, equilibrar el sistema nerviós i moltes experiències més !

**Data: dimecres 14 de març de 2018**

**Lloc: edifici administració - sala de formació 2**

**Horari: de 17:00 a 18:30h**

Sessió preparada per a les famílies i amics del Consorci Sant Gregori, que durà a terme la Esther Herrera, que és la professional que fa aquesta activitat terapèutica a les persones que atenem, incloses en aquest programa.

Per participar-hi, cal que ens envieu un e-mail a l'adreça de l'Àrea Social i de Famílies ([xcorcoll@consorcisg.cat](mailto:xcorcoll@consorcisg.cat) o [dsabater@consorcisg.cat](mailto:dsabater@consorcisg.cat)), o trucar al telèfon 972428200, indicant el **nombre de persones** que sereu (podeu vindre amb qui vulgueu: pares, fills, germans, veïns, amics, etc.)

**Animeu-vos i apunteu-vos ràpid, que les places són limitades !**

Material necessari: Roba còmoda i mitjons